

JÄSENTIEDOTE toukokuu 2020

Tässä tiedotteessa:



1. RaJun hallituksen ajankohtaiset tiedotteet
2. Kesäjummat 1.6. alkaen – maksutta kevätkauden jäsen- ja jumppamaksun maksaneille
3. Lisää maksutonta treeniä etänä kaikille kevätkauden jäsenille
4. Palautekyselyt jäsenille
5. Vuoden 2019 Tähtiseura – videokooste on julkaistu
6. Etsitkö työtä voimistelun ja liikunnan parista? Tuliko sinulle heti mieleen joku kenelle voisit rekrytointimme vinkata?
7. Mahdollisuudet tukea seurasi toimintaa

1. RaJun hallituksen ajankohtaiset tiedotteet

Seuran hallinto puheenjohtajineen kiittää seuran jäseniä sinnikkydestä erikoisen tilanteen edessä ja ymmärryksestä muuttuneiden järjestelyiden osalta. Yhdessä selviämme tästäkin.

Seuroilla on mahdollisuus aloittaa toimintansa asteittain. Toukokuun 14.-31. päivien välisenä aikana valmennustoimintaa aletaan toteuttaa pienryhmissä (max. 10 henkilöä) ulkoliikuntapaikoilla. Ulkoliikunnan lisäksi 1.6. lähtien harjoittelu sallitaan sisätiloissa maksimissaan 50 hengen ryhmissä hygieni- ja väljyyssääntöjä noudattaen. Tämä mahdollistaa Raision Jumppareille mm. kesäjumppien käynnistämisen. Jokaisen toimintaan osallistuvan tulee tutustua seuran koostamaan toimintaohjeistukseen ja toimia ohjeistuksen mukaisesti. Edelleen seuraamme tilannetta tarkasti ja toimimme Suomen hallituksen, Terveystieteiden tutkimuskeskuksen (THL:n) ja lajiliittomme ohjeistusten mukaisesti.

Raision Jumpparit tarjoaa reiluna ja riemukkaana kädenojennuksena kesäjummat maksutta kaikille kevätkauden jäsenilleen (jäsen on hoitanut jäsenveloitteensa eli maksanut kausimaksun, eikä vanhoja maksamattomia laskuja ole rästissä edellisiltä kausilta).

Kesäjumppia ja lajivalmennusta järjestetään tänä kesänä sekä lapsille, nuorille, että aikuisilla. Perheen pienimmät pääsevät mukaan aikuisen kanssa, jolloin vanhemmilla on mahdollisuus huolehtia alle kouluikäisten lasten hygieniohjeiden turvallisesta toteutumisesta liikuntapaikoilla. Jokaisen kesäharjoitukseen osallistuvan tulee käydä toimintaohjeet rauhassa kotona läpi ennen harjoituspaikalle tuloa.

Ilmoittautuminen kesäjumppiin aukeaa maanantaina 25.5. Koska osallistujamäärä on rajoitettu, tulee jokaiselle tunnille ilmoittautua etukäteen jäsenrekisterin kautta. Toivomme, että nk. tyhjiä varauksia ei tehdä.

2. Kesäjummat 1.6. alkaen – maksutta kevätkauden jäsen- ja jumppamaksun maksaneille

Raision Jumpparit tarjoaa jälleen laajan kattauksen monipuolisia, laadukkaita ja tehokkaita kesäjumppia. Tänä kesänä reippaita ja riemukkaita tunteja on tarjolla sekä lapsille, nuorille, aikuisille sekä perheille yhdessä. Tunteja pidetään sekä ulkona, että sisällä. Kevätkauden jäsen- ja jumppamaksun maksaneille kesäjummat tarjotaan tänä kesänä maksuttomina. Aikuisten kesäjumppahinta muille kuin kevätkauden jäsenille on 40e. 10-kerran kortin hinta on 70e. 10-kerran kortti on voimassa vuoden 2020 loppuun saakka. Ilmoittautumaan pääset jäsenrekisterimme kautta, ma 25.5. alkaen. Kesäjumppa-aikataulu julkaistaan RaJun netissä ja somekanavissa ensi viikon aikana. Luvassa on perhetemppuilua, lapsille toimintatreeniä, tanssia ja akrobatiavoimistelua. Aikuisille ja 13-vuotta täyttäneille kuntonyrkkeilyä, kahvakuulaa, toimintatreeniä, rytmikästä tanssia, Joogaa sekä RVP-tunteja. Jokaisen tunneille osallistuvan tulee käydä toimintaohjeet rauhassa kotona läpi ennen harjoituspaikalle tuloa ja noudattaa annettuja ohjeistuksia harjoituspaikoilla.

3. Maksutonta treeniä etänä kaikille kevätkauden jäsenille

Raision Jumpparit on halunnut tarjota jäsenperheilleen iloista toiminnallista puuhaa poikkeusoloista huolimatta. **Muistutamme pidetyn ohjaajamme Laura Palosen ohjaamasta etäperhetreenistä, jonka RaJu tarjoaa maksuttomana kaikille kevätkauden jäsenilleen.** Etäperhetreeneissä on mukana mm. temppuilua, musiikkiliikuntaa, kehonhallintaa, sirkustelua, koordinaatiota, lihaskuntoa, liikkuvuutta/eläinjoogaa yms. Aikuisia ja lapsia voi olla mukana yksi tai useampi (ikäsuositus 3-8v). Etäperhetreeni on saattanut osua silmiisi jo sosiaalisessa mediassamme ja useat teistä ovat jo mukaan ilmoittautuneetkin – tule sinäkin perheesi kanssa osallistumaan, perhetreeni sisältää 6 erilaista treenikertaa, joita voitte näppärästi tehdä omien aikataulujenne mukaan. Etäperhetreeniin pääsee osallistumaan Feeling Me Vyöhyketerapia ja PT-palvelut Laura Palonen Facebookin suljetussa ryhmässä. Muille kuin RaJun jäsenperheille etäperhetreenikokonaisuus maksaa 25e. Ilmoittautumiset lähetetään suoraan Lauralle laura.palonen@feelingme.fi, ilmoittautuessa mainitse RaJun jäsenyytesi. Lauralta saat linkin etäperhetreenin fb-ryhmään. Nyt kaikki livetunnit on pidetty, joten voit tehdä kaikki kuusi treenikertaa vaikka heti.

www.raisionjumpparit.fi
toimisto@raisionjumpparit.fi
Tasalanaukio 5, 21200 Raisio
040 1949420

Aamun voi aloittaa ihanasti **Villasukkajumpalla!** Pue lämpimät villasukat jalkaan ja lähde Helenan mukaan vetristämään itseäsi uuden päivän koitoksiin (varaa tähän jumppaan myös toinen villasukkapari tai villatumput vierelle) Helenan villasukkajumppa löytyy [Youtubesta](#). Villasukkajumppa sopii koko perheelle ❤️ Helenan rauhoittavassa seurassa ja ohjauksessa pääset myös **joogaamaan** Xhalen facebookissa @helenanjoogatunnit. Helenan PuistoJoogaan pääset osallistumaan 1.6. alkavalla kesäjumppakaudella.

Voimisteluseurat liikuttavat myös poikkeusaikana lukuisia suomalaisia somekanavien kautta. Voimisteluliitto on jakanut linkkejä superliikuttajina toimivien 10 voimisteluseuran kaikille [avoimiin ja ilmaisiin etätreeneihin](#).

Voimisteluliitto tuottaa myös kotitreenimateriaalia, **jumppavinkkejä ja mm. lapsille hauskat väkkäritreenit** löytyvät Voimistelun [Youtubesta](#)

Raision Jumpparit lämpimästi suosittelee osallistumista **MyBnB yhteisön [livetreeneihin](#)** MyBnB on perustettu palvelemaan tämänhetkistä tilannetta ja mahdollistamaan kaikille halukkaille tehokkaat ja mukaansatempaavat treenit omaan olohuoneeseen. My BnBn treenit sopivat kaikille perusterveille, sillä voit valita temmon ja intensiteetin oman fiilisen ja kunnon mukaan. My BnB on hyvän mielen ryhmä.

4. Palautekyselyt jäsenille

Vielä ehdit sunnuntaihin (17.5.) asti jättämään meille palautetta. Teiltä jäseniltä saatu palaute on seurallemme ensiarvoisen tärkeää, jotta toimintaa ja käytäntöjä voidaan edelleen kehittää vastaamaan toiveitanne. Raision Jumpparit toteuttaa toimintaansa jäsenistölleen ja haluaa jatkossakin tarjota käyttöönnne parhaan mahdollisen kokonaisuuden. Olisimme kiitollisia, jos käyttäisit pienen hetken palautteen antamiselle. Näin saat samalla äänesi kuuluville tulevien kausien suunnitelmissa. Palautekysely toteutetaan yhteistyössä Suomen Olympiakomitean kanssa. Kyselyyn vastataan täysin anonyyminä, joten yksittäisiä vastaajia ei voida tunnistaa.

Pääset vastaamaan kyselyyn alla olevien linkkien kautta. Huomioithan, että linkit ovat erikseen lasten ja nuorten tunneille osallistuneille sekä ryhmäliikunnassa kävijöille.

Anna palautetta lasten, nuorten ja perheiden perustunneista sekä taitoryhmistä:

<https://q.surveypal.com/706.-Palautekysely-vanhemmille>

Anna palautetta ryhmäliikunnasta:

<https://q.surveypal.com/214.-Palautekysely-aikuisliikkujiille>

(Jos linkki ei aukea klikkaamalla, kopioi se selaimen osoiteriville)

Palautetta voit jättää myös ilman lomaketta [Rajun netissä](#)

5. Vuoden 2019 Tähtiseura – videokooste on julkaistu

Raision Jumpparit on Suomen Olympiakomitean nimeämä vuoden 2019 Tähtiseura. Suomen Olympiakomitea ja Gasum ovat nyt julkaisseet upean videokoosteen Vuoden 2019 Tähtiseurasta. Reilu, reipas ja riemukas – Raision Jumpparit. Suuri kiitos kaikille tallenteen teossa mukana olleille.

Videon näet [tästä](#)

Raision Jumpparien monipuoliseen ja palkittuun toimintaan pääset tutustumaan pintaa syvemmin esimerkiksi [tähtiseurahakemuksemme](#) kautta, joka on avoimena luettavissa nettisivuillamme.

6. Etsitkö työtä voimistelun ja liikunnan parista? Tuliko sinulle heti mieleen joku kenelle voisit rekrytointimme vinkata?

Raision Jumpparit etsii innokkaita ja positiivisia ohjaajia ja valmentajia tähtiseuraansa. Olet etsimämme, jos sinulla on omaa liikuntataustaa voimistelulajeista. Erityisesti etsimme tällä hetkellä ohjaajia ja valmentajia - harrastetuntiohjaajiksi, apuohjaajiksi, perustekniikkatreeneihin, välinetekniikkatreeneihin ja vastuvalmentajiksi kilpaileviin joukkueisiin. Mukaan voit lähteä sinulle sopivimmalla panoksella, esim. 1x/vko tai vastuvalmentajaksi suuremallakin viikkotuntimäärällä. Raju tarjoaa kokemuksensa ja osaamisensa lisäksi laji- ja valmennustiimien sekä lajiosaajiensa tuen.

Raision Jumpparien palkkiotaso on verrattaen korkea. Liikunnan ohjaukseen ja valmentamiseen liittyvät koulutukset katsotaan eduksi, mutta seura myös kouluttaa ja perehdyttää toimintaansa ja ohjaa osallistumaan mm. Voimisteluliiton laadukkaisiin ja monipuolisiin koulutuksiin ja koulutuskokonaisuuksiin.

Lisätiedustelut ja vapaamuotoiset työhakemukset osoitteeseen toimisto@raisionjumpparit.fi tai ilmoita itsestäsi [rekrytointisivumme](#) kautta Rajun netissä.

www.raisionjumpparit.fi
toimisto@raisionjumpparit.fi
Tasalanaukio 5, 21200 Raisio
040 1949420

7. Mahdollisuudet tukea seurasi toimintaa

TOK-seurabonus – keskittäminen kannattaa

Oletko jo rekisteröitynyt TOK:n sivuilta seurabonusrekisteriin? Jos olet niin suuri kiitos. Ellet, tee se nyt. Näin voimme yhdessä kerryttää seurалlemme lisää bonustuloa, jota tarvitaan seuran hyvän ja laadukkaan toiminnan ylläpitoon kuin myös toiminnan ja palvelujen kehittämiseen. Rekisteröityminen käy kätevästi osoitteessa www.tokseurabonus.fi ja keskittäminen kannattaa. Seurabonus tarkoittaa, että TOK maksaa RaJussa mukana olevien asiakasomistajaperheiden vuosittain kerryttämästä bonussummasta seurabonusta RaJulle. Tämä ei vähennä asiakasomistajan omia S-ryhmän bonuksia vaan on TOK:n tarjoama lisäbonus seuralle. Jumpparin perhe voi kuulua yhtäaikaisesti myös muiden seurojen käytössä oleviin TOK seurabonusjärjestelmiin.

Roberts berrie - pohjoisen supermarjat toimitettuna kotiovellesi – Eikö sovikin mainiosti tähän hetkeen?

Raision Jumpparien uusi yhteistyökumppani on suomalainen marjainnovaatio Roberts Berrie. Miten tämän hienouden lyhyesti teille kuvailisi...sinun pitää itse maistaa ja todeta. Berrie on marjoja juotavassa muodossa. Juo sellaisenaan, joko kylmänä tai huoneenlämpöisenä, kotona tai reissussa. Berrie on kätevä tapa nauttia marjakaudesta monipuolisesti ympäri vuoden. Toimituksen voi valita vaikka suoraan kotiovellesi. Toimitusajaksi Roberts Berrie lupaa 3-5 arkipäivää. Berrie-tuotteet valmistetaan Suomessa pohjoisen alueen kokonaisista marjoista. Berriet ovat maidottomia, laktoosittomia ja gluteenittomia. Purkit säilyvät pääosin huoneenlämmössä 8 kuukautta ja avattuna jääkaapissa noin viikon. Roberts Berrie-tuotteita voi tilata [Roberts Berrien nettisivuilta](http://RobertsBerrien nettisivuilta)

Tilauksesi kokonaissummasta Roberts Berrie ohjaa 10% kumppaninsa Raision Jumpparien toimintaan. Käytä tilatessasi **kampanjakoodia RAJU**. Berrie vastaa maailman neljään suurimpaan ruoka-alan trendiin: terveellinen, hyvänmakuinen, helpokäyttöinen ja luonnonmukainen.

Kannatusjäseneksi voi ilmoittautua ketterästi jäsenrekisterimme kautta. Kannatusjäsenmaksu on väh. 40e/vuosi. Kannatusjäsenyyden hinnalla (väh. 40e/vuosi) voi varata vuosittain kaksi lippua RaJun kausinäytöksiin. Lipuilla saa merkityt paikat Kerttulan alakeskikatsomosta. Liput (2kpl/vuosi) voi varata joko samaan tai eri näytökseen. Liput saat hankittua itsellesi ottamalla yhteyttä toimistoomme viikkoa ennen kevät- tai talvinäytöstä ja ilmoittautumalla katsojaksi. Kiitos kannatuksesta.

Palautetta ja toiveita voit jättää...

nettisivujen kautta <https://www.raisionjumpparit.fi/yhteystiedot/palaute/>

FB-sivujen kautta <https://www.facebook.com/raisionjumppari>

Instagramin kautta <https://www.instagram.com/raisionjumpparit/>

sähköpostitse toimisto@raisionjumpparit.fi

Raision Jumpparit ry.:n puolesta:

Elina Tommila

toiminnanjohtaja

Hyvässä seurassa on ilo liikkua®